Was tun, wenn … eine Frau, die Sie kennen, erfährt, dass sie Brustkrebs hat

bcaction.de/was-tun-bei-brustkrebsdiagnose

5. Januar 2010



(Last Updated On: 9. Januar 2014)
Inhalt [Ausblenden]

Informationen für Angehörige und FreundInnen

zusammengestellt von Beate Schmidt in Anlehnung an einen Text von Breast Cancer Action

Eine Brustkrebsdiagnose ist eine sehr schwierige und schwerwiegende Sache. Wenn die Worte „Sie haben Brustkrebs" fallen, können bei einer Betroffenen unzählige unterschiedliche und sehr existenzielle Gefühlslagen entstehen: Angst, Wut, Verrat, Kraftlosigkeit, Verbitterung, Verzweiflung, Einsamkeit. An diesem Punkt können Angehörige und FreundInnen helfen, wenn Unterstützung, Zuspruch und Ermutigung gebraucht werden.

Wenn Sie diese Zeilen lesen, haben Sie anderen Menschen schon Einiges voraus. Ihre Freundin kann sich glücklich schätzen, dass sie jemanden hat, der bzw. die so viel Zuneigung empfindet, für sie da zu sein und Informationen für sie herauszusuchen, die ihr in dieser schwierigen Situation helfen können.

So können Sie der Frau, die Sie gern haben, die Sie lieben, helfen:

Zuhören

Oftmals benötigt eine Frau, die eine Brustkrebsdiagnose erhalten hat, jemanden der zuhört. Ängste müssen ausgesprochen werden, während gleichzeitig geradezu Berge von Informationen zu bewältigen sind. Aber beachten Sie bitte, dass Ihre Freundin u.U. nicht möchte, dass Sie mit Anderen darüber sprechen.

Da sein

und eine Schulter anbieten, an der Ihre Freundin sich ausweinen kann, wenn es notwendig ist. Wenn der Zeitpunkt passt, sagen Sie ihr, dass viele Menschen diese Diagnose überleben und ein hohes Alter erreichen. Floskeln wie „keine Sorge, alles wird gut" sind allerdings nicht hilfreich. Geben Sie Ihrer Freundin das Gefühl, nicht allein zu sein, sondern ein genauso wertvoller und geliebter Mensch wie immer – ob mit intakter Brust oder ohne.

Niemals

sollten Sie sagen, was Sie an Stelle Ihrer Freundin tun würden. Tatsache ist, dass Sie nicht in ihrer Situation sind und gar nicht wissen, was Sie in ihrer Situation tun würden. Ihre Freundin möchte reden und angehört werden. Jede Situation ist anders. Es gibt viele verschiedene Arten Brustkrebs und viele verschiedene Entscheidungen, die getroffen werden müssen.

Ratschläge

sollten Sie nur dann geben, wenn Sie darum gebeten werden. Stattdessen könnten Sie anbieten, Behandlungsmöglichkeiten und / oder mehr Informationen über die Erkrankungen herauszufinden. Aber denken Sie bitte daran, dass Ihre Freundin nun ohnehin mit sehr viel Informationen konfrontiert wird, und suchen Sie Ihren Beitrag daher sorgfältig aus.

Begleitung

zu Arztterminen kann eine wichtige und große Hilfe sein. Schlagen Sie vor, die Gespräche mit dem Arzt / der Ärztin aufzunehmen oder mitzuschreiben. Helfen Sie, eine Liste mit Fragen an den Arzt / die Ärztin / das Behandlungsteam aufzuschreiben. Während dieser ersten Termine bekommt Ihre Freundin viele Informationen von ihren Medizinern. Achten Sie mit darauf, dass alle Fragen, die Ihre Freundin hat, verständlich beantwortet werden.

Fahren und Abholen

kann ebenfalls eine gute Unterstützung sein. Bieten Sie von sich aus an, Ihre Freundin zu ihren Behandlungsterminen zu fahren und sie wieder abzuholen, wenn es möglich und hilfreich ist. Ihre Freundin kann möglicherweise nicht die nötige Aufmerksdamkeit für den Straßenverkehr aufbringen, mag Sie um diese Hilfe aber vielleicht nicht von sich aus bitten, um Sie nicht zu belasten.

Hilfe im Haushalt

Ihrer Freundin können Sie mit Freunden und Familienmitgliedern organisieren, z.B. Babysitting, Hausputz, Einkaufen oder die Zubereitung von Mahlzeiten. Das wird Ihrer Freundin die freie Zeit geben, die sie jetzt benötigt.

Fragen, nicht raten

Bitten Sie Ihre Freundin oder deren Angehörige, Ihnen genau zu sagen, was sie benötigen – und wann. Darauf bekommen Sie vielleicht nicht sofort eine Antwort. Wenn Sie sie dann allerdings bekommen, sollten Sie auch zur Verfügung stehen.

Beratungsmöglichkeiten

können auch von Angehörigen und Freunden der Erkrankten in Anspruch genommen werden. Öffentlicher Gesundheitsdienst, unabhängige psychosoziale Krebsberatungsstellen und Krebsinformationsdienst (http://www.krebsinformationsdienst.de – kostenfreie Rufnummer täglich 8 bis 20 Uhr: 0800 – 420 30 40) können Sie beraten. Besonders die Frauengesundheitszentren (www.frauengesundheitszentren.de) kennen die Behandlungseinrichtungen und können bei Brustkrebs wertvolle Hinweise geben.

Angehörige und FreundInnen

brauchen manchmal auch Unterstützung. Tun Sie sich selbst etwas Gutes und nehmen Sie auch selbst Hilfe in Anspruch, wenn Sie diese brauchen. Wenn Sie ausflippen müssen – und das werden Sie –, dann tun Sie es bitte nicht in Gegenwart der Frau, die gerade ihre Brustkrebsdiagnose bekommen hat. Sprechen Sie stattdessen mit einer anderen Freundin oder einem anderen Freund.

Diese Hinweise und Anregungen gelten übrigens nicht nur für die FreundInnen einer an Brustkrebs erkrankten Frau, sondern auch für den Ehemann bzw. Lebensgefährten.

Quelle

Factsheet: What to Do When Someone You Know Has Been Diagnosed with Breast Cancer http://bcaction.org/wp-content/uploads/2011/02/What-to-do-when-someone-you-know-has-been-diagnosed.pdf